

西東京市高齢者保健福祉計画・
第10期介護保険事業計画・
認知症施策推進計画の策定に向けた
各種インタビュー結果（報告）

若年性認知症のある人の家族インタビューについて

1. 目的

「西東京市認知症施策推進計画」の策定にあたり、若年性認知症のある人が住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らし続けられるよう、計画上の施策の参考とするため、ご家族へのインタビューを行いました。

2. インタビューの概要

日時	令和8年6月13日(土)10:00-12:00
会場	フレスポひばりが丘 2階会議室
対象者	かえるの会(若年性認知症家族会・当事者会)のご家族、専門職
参加者	司会1名、ご家族7名、病院看護師1名、地域包括支援センター職員1名
方法	インタビュー形式
次第	・司会挨拶 ・お話(一人ずつ) ・質疑・応答 ・本人再入室
お話のテーマ	①医療について ②仕事について ③家族が抱く本人への思い ④地域における認知症の理解・啓発 ⑤希望する支援・サービス ⑥診断後支援、医療と地域・福祉のつながり



 市発行のタブロイド紙の表紙
(市報6月15日号に同封)

若年性認知症のある方とご家族の写真が表紙を飾りました。

若年性認知症のある人の家族インタビュー結果①

3. お話のテーマ

①医療・施設について

●入所のきっかけや困難

- ・病状が進行してきて、夜中の尿も酷くなりこちらも熟睡できず、自分(介護者)の持病もあるため状況が厳しくなり、相談した。
- ・今はデイサービスに終日(08:20-16:20)行っているが、そうなったきっかけがひとり歩きだった。スマホを家に置いたまま出てしまい家に帰れなくなった。警察に行方不明者として登録した。警察の人には「我々も忙しいので探すことはできない。見つかったら報告します。張り紙等ももし必要なら自分で用意してください。」と言われてしまい当てにならなかった。
- ・CPAP(=Continuous Positive Airway Pressure(持続陽圧呼吸療法)、睡眠時無呼吸症候群の治療に使われる装置)を使用しているため施設で受け入れることができない、と断られるケースが多く大変だった。

●服薬管理・調整について

- ・アリセプトが効くと頭はすっきりするけど、体がこわばるなど、薬の調整が本当に難しい。
- ・アリセプトの副作用として精神障害が来る可能性があると言われてやめた。認知症は進んだけど、精神的には落ち着いている。
- ・妻が若年性認知症。薬との相性に悩んだ時もあったが、ダウナー系の新しい薬を試してから相性がよく、平和に暮らせている。

若年性認知症のある人の家族インタビュー結果②

3. お話のテーマ

②仕事について

- ・ 現在本人は自力で通勤しているが、会社からは若干「お荷物扱い」されてしまっているし、病院の先生にも本人のためにも休職した方がいいかもしれないと言われている。

③家族が抱く本人への思い

- ・ 本人の精神的な安定が最も大事だと思うので、(本人が現在安定していることで)私自身も安心している。
- ・ 自分はできるだけ一緒に外に出て気分転換をしている。とにかく本人が楽しく過ごせていることが大切。
- ・ 「認知症であることを隠さなくていい街になったらいいね」と本人は言っているので、自分もそういう街になっていくことを望んでいる。

若年性認知症のある人の家族インタビュー結果③

3. お話のテーマ

④地域における認知症の理解・啓発

●認知症への理解について

- ・ まちなかで挨拶してもらえたりすると、すごくうれしいし安心すると本人も言っている。やはり、認知症について理解してくれている人が増えると本人としてもそうだけど、家族も安心できる。
- ・ 街ぐるみで認知症サポーター養成講座を受けてもらうとか、そういう風にしてもらうだけでも全然違うんじゃないかと思う。かしこまった場所だけでなく、こういった身近な場所でもステップアップ講座やサポーター講座が開催されるようになるといいなと思う。

●認知症の啓発について

- ・ 本人がまだ軽度だったとき、日常生活でだいが嫌な思いをしたらしい。銀行とかでこの人は普通じゃない、人間らしくないといったような尊厳を損なうような扱いを受けて傷ついて帰ってきたことが度々あった。そういう指導や研修は是非やってほしい。

⑤希望する支援・サービス

●介護者への支援

- ・ 現在本人は58歳だが、認知症に対応してくれる施設は高齢者を前提としているため施設の対応(と介護者自身が持つニーズ)にギャップを感じている。(若年性認知症を発症した人の介護者は)働いている世代も多いと思うので、介護者への何らかの対応も必要なのではないか。本人が幸せでいられることがまず一番だし、それに加えて介護者をケアしてくれるような環境も必要だと思う。
- ・ (私は)平日は正社員ではないが仕事をしているため、市役所などには行けず手続きなどで困ることが多い。

●ほかに希望すること

- ・ いざとなったときに自分ひとりじゃどうしようもできないので、市として防犯カメラを見られる環境があればいいなと思う。
- ・ デイサービスでも、病気は治らないかもしれないけど、脳トレとかではなくてできれば草むしりや料理等のリハビリになるようなことをやらせてほしい。
- ・ スーパーとかだと、スローレジとかもあるといいなと思う。
- ・ CPAPを使用しても入所させてくれる施設が欲しい。

若年性認知症のある人の家族インタビュー結果④

3. お話のテーマ

⑥診断後支援、医療と地域・福祉のつながり

- 若年性認知症と診断を受けた時、病院からは「身体のケア」のことしか案内がなく、「これから誰(どこの機関)にどんな申請をすればいいか」や「心のケア」への案内がまったくなく、すべて自力で探した。身体のケアも大切だが、心や人とのつながりへの手段をもっと教えてほしかった。
- 診断・告知を受けたあとに、即福祉に繋げてくれるようなものがあるといいなと思う。次回の予約や介護保険の手続き等の案内も大事だが、そういうご家族がどう暮らしているのか、ピアサポートはどこにあるのか、どこに相談したらいいのか、とかそういう福祉に対する繋がりがもっとあると良いな、とは色々なところで話している。(地域包括支援センター職員)
- 病院と地域・福祉の連携で言えばうちはとてもスムーズだったが、皆様のお話を聞いていると地域との連携が乏しいということはやはり大きな課題だと思う。

3. お話のテーマ

⑦ユマニチュードについて

- 自分の機嫌が悪いと、本人も機嫌が悪くなる。物は試しで、本人の髪を洗う時にちょっと優しく「今からシャワーをかけるよ～」と声をかけてみた。そしたら本人の反応も良く、違うんだなっていうのは確かに実感としてあった。ご飯も作ったら、「ご飯を持っていくよ～」と言ってみた。なんとなく怒ってガシガシやったり無言で介護したりするよりも、この声かけがあることで本人の反応が良い気がする。
- 私自身は去年まで病棟看護師として勤務していたが、今は認知症疾患医療センターで働いており、ようやくここ一年で地域のことを勉強している段階。その中でユマニチュードに興味を持っており、ユマニチュードの考えは人として大事なことだと思うので、浸透させていきたいと考えている。(看護師)
- 「ユマニチュード」というのは高齢者や認知症だけの話でもない。そのターゲットは本質的にはもっと広い。(高齢者支援課)

若年性認知症のある人の家族インタビュー結果(まとめ)

4. まとめ

①医療・施設について

- 施設入所の判断は、一人では対応できないこと(深刻な症状やひとり歩きなど)が起きたときに、周りを頼ることも難しい状況下で選択される場合が多く見られた。
- 認知症とは異なる特定の医療的なニーズを持つ場合に入所を断られてしまう場合があった。
- 服薬について、薬の効能と副作用の両側面を加味したうえで、本人の薬との相性を随時確かめながら調整している。
- 薬との相性も人によって異なり、本人や家族のニーズと合う「良い薬」が続けられることが本人や家族のQOLの向上に直接関係している。

②仕事について

- 若年性認知症の場合、本人が発病時に現役世代であり仕事をしている場合が多く、仕事を続けたい気持ちと闘病生活との間で大きな葛藤が発生する。

③本人や家族の思い

- 「本人が安定していること・楽しく過ごせていることが一番大事」
- 「認知症であることを隠さなくていい街になったらいい」

④地域における認知症の理解・啓発

- 認知症に対する理解が高まると、本人の地域での「住みやすさ」が高まる。
- 無理解による偏見や差別をなくすためにも、「新しい認知症観」の普及・浸透が欠かせない。
- もっと気軽に参加できる「認知症サポーター養成講座」や「認知症サポーターステップアップ講座」のようなものを身近な場所や機会で開催していくことが必要である。

⑤希望する支援・サービス

- 若年性認知症のある人の場合、その介護者も就労している場合が多いため、それを考慮した何らかの支援を希望するご家族が多い。
- 平日に仕事をしているため市役所などで手続きを行うのが難しい。
- その他、ひとり歩き時の防犯カメラの利活用、スーパーなどでのスローレジ、施設での医療的なケアへの対応の促進など、多くのニーズが潜在的に満たされないまま残されている。

⑥診断後支援、医療と地域・福祉のつながり

- 病院での診断後に「体のケア」の話のみで「心のケア」への配慮がなかったことで、ご家族が追加的な困難を抱えたことがあった。
- 診断や告知後に、すぐ福祉に繋がられるような仕組みを作るべき。(専門職)
- 病院と地域の連携が、本人にとってもご家族にとっても重要な課題になる。

認知症のある人へのインタビューについて

1. 目的

- 国は令和6年1月に「認知症を含めた国民一人一人が個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会」を共生社会として定義する「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」（以下「認知症基本法」という。）を策定しました。
- 認知症基本法では、「新しい認知症観」に立つこと、また認知症の人の声を起点に認知症の人の視点から、認知症の人や家族等とともに施策を推進する必要があることを示しています。

新しい認知症観とは「認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けられる」ための考えです。

- 西東京市では、高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画（第10期）と一体的に認知症施策推進計画を策定し、認知症のある人が周りの人と協力しながら住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるよう、計画上の施策の方向性を検討するため、認知症のある人ご本人にインタビューを行いました。

2. 調査概要

日時	令和8年6月26日(金)14:00-15:00
会場	タクトホームこもれびGRAFAREホール 1階 プリマカフェ奥のソファ席
対象者	わくわくミーティング(認知症当事者)
参加者	認知症のある人5名 地域包括支援センター職員2名
方法	本人インタビュー形式
次第	・挨拶 ・自己紹介 ・お話
お話のテーマ	①日頃の暮らし、困りごと ②大切にしたいこと、どう暮らしたいか ③西東京市はどんなまちであるとよいか

認知症のある人へのインタビュー結果①

3. お話のテーマ

① 日頃の暮らし・困りごと

●日頃の暮らしのようす①

- 毎日1時間以上歩いている。決まったコースに団子屋や花畑があり楽しみにしている。
- チームオレンジなど様々な活動に参加している。
- 自転車で市内の様々なところに行っている。
西東京市スポーツセンターの地下で、無料で様々な器具が使えるのでそこで体を鍛えている。
また、流れるプールを利用して、楽しんで運動している。
- 運動は子どもと一緒に以前はよくしていたが、今はしていない。
夫婦で散歩や外出を楽しんでいる。
- スポーツは好きではない。
- 文京区の歩く会に参加し、大学などを見て回っている。
- いつも決まったところを歩くようにしている。



3. お話のテーマ

① 日頃の暮らし・困りごと

●日頃の暮らしのようす②

- ・ 3階や5階の住居に住み、日常的に階段を利用している。
- ・ OKストアやパルコ、トライアルなど複数の店で場所を変えて買い物を楽しんでいる。
- ・ 猫や犬と暮らしている。
- ・ 「かえるの会」でのカラオケで昔の歌を歌ったり、「やぎさわディスコ」に楽しみながら参加したりしている。
- ・ 東大農場や東伏見公園、いこいの森公園を気に入って行っている。
走っている人がいるが、自分はアキレス腱を切りそうので走れないので歩いている。
歩くだけでもいい運動になるので、ゆっくり2周は歩いている。

●生活するうえで困っていること

- ・ 迷子になった経験があり、たまたま通りかかった女性に道を聞いて戻ることができた。
それ以来一人で出かけることに不安を感じている。
- ・ お互いの名前が覚えづらい。
- ・ 健康面が一番の心配である。

3. お話のテーマ

② 大切にしたいこと・どう暮らしたいか

- 複数のスーパーで買い物をしている。場所を変えて買い物や外出を楽しみたい。
- カラオケや音楽、歌など趣味を楽しみたい。
- 西東京市は良い方ばかりなので、安心して過ごせている。こういった認知症のある人が集まれる会も良い。人と会うとしゃべれる。
- 働いて会社にいる時は一緒に働いている人とはしか話さないが、こうしてあまり会わない人と会えるのがいい。
- お祭りのようなイベントだと来る人も多いので、そういう催しがたくさんある町であるといいと思う。趣味のような小さなものでも大きなものでも、行ってみて新たな発見があるイベントがあると良い。他の人が教えていることや、自分と似ているところを見つけたりしたい。
- おしゃべりだけではなくいっぱい体を動かせる設備や機会があるとよい。



3. お話のテーマ

③ 西東京市はどんなまちであるとよいか

- ・ 安心して外出できるまち
- ・ 迷子になりにくく、道がわかりやすいまち
- ・ 困ったときに気軽に人に声をかけられるまち
- ・ 認知症があっても安心して出かけられるまち
- ・ 人と話したり交流したりする場がたくさんあるまち
- ・ このような当事者同士が集まれる会や居場所が充実したまち
- ・ 良い人が多く、支え合えるまち
- ・ おしゃべりだけでなく、体を動かせる設備が整ったまち
- ・ 身近に運動できる場所や設備が整ったまち
- ・ シルバーウィークにスポーツセンターの無料チケットを使えるなど、高齢者の人も利用しやすいスポーツ施設があるまち
- ・ お祭りやイベントがあると来る人もたくさんいるので、そういった催しがたくさんあるまち
- ・ 小規模な趣味の集まりから大きなイベントまで参加できるまち
- ・ 「やぎさわディスコ」などのイベントのように、音楽やカラオケなどを楽しめる機会が多いまち
- ・ 公園や自然、景色など地域の魅力を大切にするまち

認知症のある人へのインタビュー結果(まとめ)

4. まとめ

①地域とのつながり

- 参加者は、今回の「わくわくミーティング」だけでなく、「チームオレンジ」や「かえるの会」、「やぎさわディスコ」などの地域活動に積極的に参加しており、人との交流を日々の楽しみにしている様子が伺えた。カラオケで昔の歌を歌ったり、音楽イベントに参加することを通じて、仲間とのつながりを深めている。
- 認知症のある人同士が集まる場について、「人と会って話ができる」「以前働いていた時には関わらない人と交流できる」といった意見があり、当事者同士の交流の場が大切な居場所となっていることがわかる。働いていた頃には出会えなかった人たちとの交流が、新たな刺激や楽しみにつながっている。

 多様なイベントや活動を通し、仲間や地域の人とのつながりを深められるまちづくり

②西東京市の環境・施設について

- 認知症があっても、日頃から散歩や買い物、自転車での移動などを通じて地域の環境を活用しながら暮らしている人が多く見受けられた。
- 東大農場や東伏見公園、いこいの森公園といった自然や緑の豊かな場所も多く、散歩コースとなっている。
- 西東京市スポーツセンターを定期的にご利用したり、シルバーウィーク限定の無料チケットを活用して健康づくりに取り組む人が見受けられた。

 自然豊かな環境や身近に運動できる施設や機会の充実を通し、住み慣れたまちでいきいきと生活できるまちづくり

③認知症のある人が暮らしやすいまちづくり

- 迷子になりにくく道が分かりやすいことや、困った時に気軽に周囲の人へ声をかけられることなど、安心して外出できる環境が求められている。また、「西東京市は良い人が多い」という声もあり、地域で自然に支え合える関係づくりへの期待がみられた。
- お祭りやイベントが多く開催されたり、人と話したり交流したりできる場や、認知症のある人同士が集まれる居場所の充実も重要な要素として挙げられた。加えて、おしゃべりだけでなく、運動や趣味活動、音楽イベントなどに参加できる機会があることで、いきいきと暮らし続けられるまちになると考えられる。



認知症があっても安心して外出でき、地域の中で自分らしく活動できるまちづくり



「みんなの居場所 あまやどり」へのインタビュー

1. ねらい

- 認知症カフェは、認知症のある人やそのご家族のほか、地域の人や子どもから大人まで、福祉や医療の専門職等のスタッフも、誰でも気軽に集まることができる場です。
- カフェでは、仲間とおしゃべりしたり、専門職に相談もできます。
- 市内には13のカフェがあり、カフェごとに様々な活動をしています。
- 「認知症施策推進計画」の策定に当たり、認知症カフェに参加している人が望むこと、やってみたいことを取材するため、参加者インタビューを行いました。

「みんなの居場所 あまやどり」の様子



2. 調査概要

日時	令和8年7月10日(金)10:00～11:00
会場	田無第二庁舎 3階会議室
対象者	「みんなの居場所 あまやどり」参加者のみなさん
方法	インタビュー
テーマ	・介護者支援として西東京市で今後必要になると考えること ・今後力を入れていきたいと考えていること ・市と協働で進めたいこと

インタビュー結果

- **介護者支援として西東京市で今後必要になると考えること**
 - ・ 認知症サポーター養成講座を開催しているが、来てくれる方が少ない。元気な方たちに認知症に対する理解を深めていただいて、認知症になっても安心して暮らせるような地域づくりに協力していただければと考えている。
 - ・ 足の悪い人でも気軽に来られることなど、団地の1階でやることはとてもニーズがある。独居、子どもが近くにいない高齢者の方も、隣同士だけの付き合いではなく、若い力とも繋がっていただきたい。
- **今後力を入れていきたいと考えていること**
 - ・ ステップアップ講座の受講者とボランティアチームを作って、カフェに来たいけど来られない人、自宅から出たいけど出られない人の家にお伺いして、送迎をすることによりカフェで楽しんでもらえるようにしたい。
 - ・ 居場所カフェをやっている団体と横の繋がりを深めていきたい。
- **市と協働で進めたいこと**
 - ・ カフェの運営にあたり利用料が負担となっている。家賃の補助制度や、無料で場所を提供していただけると大変ありがたい。

「チームオレンジきらら」へのインタビュー

1. ねらい

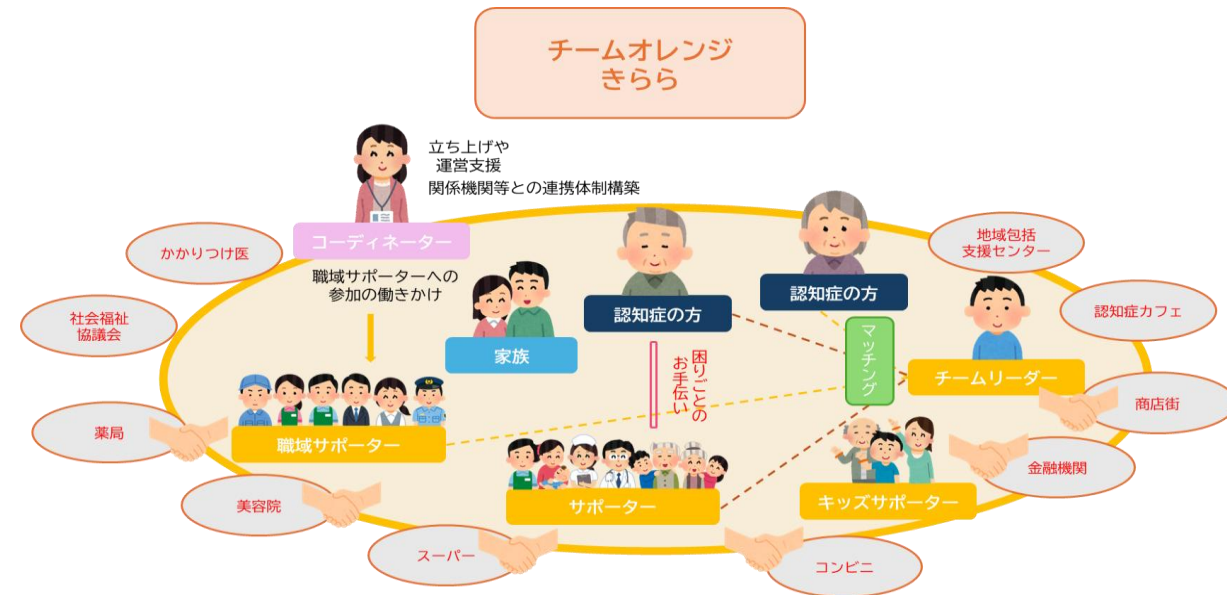
- ・西東京市のチームオレンジは、地域で暮らす認知症のある人や家族の困りごとの支援ニーズと認知症サポーターを結びつけるための取り組みです。
- ・認知症のある人と認知症サポーターがチームオレンジを編成し、認知症のある人の困りごとを早期に発見し、必要に応じて外出支援や見守り・声掛け、話し相手、居宅訪問などを行っています。
- ・今回、認知症施策推進計画の策定にあたり、チームオレンジのメンバーの皆様へのインタビューを通じて、認知症のある人に優しいまちづくりを進めるために効果的な施策を検討します。

2. 調査概要

日時	令和8年6月13日(金)13:00～14:00
会場	高齢者センターきらら
対象者	①認知症サポーター(ステップアップ講座修了者) ②本人・家族・ボランティア(2グループ)

「チームオレンジきらら」について

- ・チームオレンジきららは、令和5年準備室スタート、フラグリーン、はなみずき、シェスタに続き、市内で4番目のチームオレンジとして活動しています。
- ・きららの活動は、毎週第4月曜日「当事者&家族」～おしゃべり～ 毎週土曜日「土曜の会」～好きなことをする～2種類。ご本人・家族からの声を聴いて一緒に活動しています。
- ・活動は、東伏見団地の一角にある、市の高齢者センターきららを拠点としています。
- ・富士町地域包括支援センターが担当しています。



(活動の手引きから)認知症のある人やご家族もチームの中で役割を持ち、認知症地域支援推進員もチームオレンジコーディネーターとして必要な支援を行います。ボランティア登録された方には、地域包括支援センターやチームオレンジのリーダーからお声掛けすることがございます。地域の職域サポーターやキッズサポーターなども含め、地域全体で認知症のある人や家族を支える体制を目指します。

「チームオレンジきらら」へのインタビュー まとめ

サポーターさんへのインタビュー

写真提供：チームオレンジきらら

●チームオレンジきららとの関わり、活動の内容について

- ・一昨年から関わり、現在は第4月曜日にボランティアとして参加。地域包括支援センターとも情報を共有して活動中。
- ・サポーターの役割はメンバーの皆さんが行きたいところ、やりたいことを実現する支援。市内の公園の散策、公民館の催しやオレンジカフェ、家族会の活動、フェスタへ参加、地域のお宅に集まってサロン・コンサートの企画等、さまざまな活動を続けてきた。（下記写真）

●チームオレンジの運営について。またこれからの課題など

- ・実現したいことは沢山あるが、認知症を支援するボランティア、サポーターが少ないことが課題。
- ・チームオレンジの活動では、特に「送迎」が課題となっている。メンバーの自宅と活動場所を結んで確実に送り届けられる送迎の体制が必要。
- ・若年性認知症のある人は特に、ボランティアや仕事を続けたくても辞めざるを得ないケースが多い。若年性の方の支援を増やすことが重要。
- ・本人のやりたいこと、できることを確実に増やしていく方法・連携先がもっとあるとよい。
- ・グレーゾーンの人も含めて、チームオレンジを通した、地域づくりの支援が大切である。

●西東京市がどんなまちになるとよいか

- ・最も大切なのは、認知症を正しく理解すること。認知症でも楽しく生活できることを知ってもらえるよう、啓発すること。
- ・特にストレスの多い家族の理解は重要。家族も、認サポ講座に参加して理解を深める。そのため今後は講座の案内を工夫していく。
- ・認知症を支援するボランティアがもっと増えるとよい。ボランティア活動のための環境づくりが大切。
- ・団地との連携はこれから。今後は、ほっとネットステーションなど、地域の支え合いネットワークとの交流も広げたい。



高齢者福祉に関する大学生インタビューについて

1 目的

今後、西東京市では、85歳以上人口が急増し、要介護認定者が増加するとともに、生産年齢人口の減少が見込まれています。一方で、平均寿命が伸び続ける中で、高齢者自身の健康水準が向上し、支えることができる高齢者も増えています。

こうした状況を踏まえ、高齢者福祉に関して若者世代の意見を聴くことにより、世代を超えたつながりづくりのきっかけやアイデアを「西東京市認知症施策推進計画」の施策に反映させます。

会場の様子



2 調査概要

日 時	令和8年6月19日(金)13:10~14:50
場 所	武蔵野大学 武蔵野キャンパス 7号棟
対象者	武蔵野大学人間科学部社会福祉学科(3年生・4年生) 20人
話し合ったテーマ	①認知症のある人が住み慣れた地域で周りの仲間と一緒に自分らしく暮らしていくために必要なこと ②地域の高齢者と一緒にできること(多世代交流など) ③高齢者にとって、まちにあると良いもの(まちづくり、ユニバーサルデザインなど) ④課題を抱える高齢者の在宅介護のあり方(身寄りがない、老老介護、家族介護者支援など)
方 法	4グループに分かれ、2テーマずつグループワーク形式で実施 Aグループ:4年生5人・市長、テーマ①・③ Bグループ:4年生4人、テーマ②・④ Cグループ:3年生5人、テーマ①・③ Dグループ:3年生6人、テーマ②・④ 意見や話し合いはKJ法(ポストイットを使った取りまとめ法)によりまとめ、最後にグループごとに話し合いの結果を発表
進め方(次第)	・資料説明 ・グループごとの話し合い(2テーマ) ・グループ結果発表 ・渡邊先生の講評 ・池澤市長挨拶
配布資料	・西東京市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画(第10期)・認知症施策推進計画の策定に向けて 西東京市の高齢者のこれからをみんなで考えましょう！ ・アンケート用紙

高齢者福祉に関する大学生インタビュー結果①

3 話し合いのテーマごとのまとめ

テーマ①
認知症のある人が住み慣れた
地域で周りの仲間と一緒に
自分らしく暮らしていくため
に必要なこと

認知症のある人が好きな
ことや趣味など、やりたい
ことを地域でできる仕組
みをつくるのがいいんじや
ないかとチームで考えまし
た。



Aグループ

◆近隣の方々と交流の機会をつくる

- ・近くに住んでいる人とのつながり
- ・地域の人と交流する機会
- ・当事者やその家族同士が集まり、話せる場所(コミュニティ)
- ・相談できる身近な場所

◆意識を変える

- ・困っている人に寄り添えるような人を増やす

◆認知症への理解を深める

- ・認知症理解への教育
- ・地域の方達が認知症について知ることができる場をつくる
- ・オンラインで学べる
- ・SNS 目につきやすいスマホで
- ・大学では学ぶ場はあるが小中学校でも学ぶ

◆偏見をなくす

- ・本人がやることを大切にする(機器の操作など)
- ・「認知症だからできない」などの偏見をなくす
- ・本人とかかわる機会をもつ

◆好きなことを続けられる場所づくり

- ・ゲートボールなどのスポーツやマルシェなどの参加
- ・自分の趣味(好きなこと)を続けられるような場所
- ・書道・音楽・盆栽など社交ダンス

高齢者福祉に関する大学生インタビュー結果②

3 話し合いのテーマごとのまとめ

テーマ①

認知症のある人が住み慣れた
地域で周りの仲間と一緒に
自分らしく暮らしていくために
必要なこと

グループでは特に、日常を
写真にとってまとめて記録
してくれるツールや、道に
迷ったら安全な場所まで点
字ブロックのように案内し
てくれるような仕組みづく
りが大事なのではという意
見が多く出ました。

◆地域で支え合う

- ・認知症のある人を含めて気軽に集まれる広場
- ・家族以外のサポート 地域で見守り
- ・地域の中や、近所のつながりの様なものを大事にする
- ・こども110番の家のような、認知症のある人が過ごせるおやつやお茶を楽しめる場所

◆テクノロジー AI

- ・見守りロボット導入
- ・AIの使い方講習

◆出来ることを支援する仕組み・ツール

- ・1日の食事や日常のことを写真に撮ってまとめて記録してくれるツール
- ・点字ブロックのような迷ったら目印になる線(駅から警察署までなど)
- ・本人の思いを尊重し、決定を支える仕組み
- ・買い物や散歩などやりたいことをして楽しむ(民生委員さんと連携)
- ・エンパワメント 本人の強みや残存能力を活かせる環境づくり
- ・できないことではなくできることに注目 本人の尊厳を尊重

◆偏見解消・啓発

- ・認知症のある人との接し方の講習
- ・社会的な偏見をなくす 認知症の知識を広めること
- ・特養で行っているイベントやサロン、講習で認知症を広める
- ・認知症のある人と地域の企業が連携して行えるスタンプラリーやイベント体験
- ・啓発動画の視聴会(若者向け)
- ・貢献している姿をメディアで取り上げ「何もできなくなる」というステレオタイプをなくす

Cグループ



高齢者福祉に関する大学生インタビュー結果③

3 話し合いのテーマごとのまとめ

テーマ②
地域の高齢者と
一緒にできること
(多世代交流など)

昔と今の地域の違いを
話し合うこと、高齢者から
知恵をもらうこと、料理
を教えてもらうことが、
特に実現可能性が高そう
でイチ押しです。



Bグループ

◆イベント(文化系)

- ・お祭り
- ・高齢者と大学生が考える内容・屋台の融合
- ・もちつき
- ・書き初め
- ・大学生が行うスマートフォン講座
- ・情報通信機器の使い方を若者と知る
- ・電子機器の使い方講座
- ・昔からあるゲームのネット戦を行う
- ・認知症カフェ
- ・防災訓練
- ・認知症のある人もできるような
言葉だけでなく五感で遊べるゲーム

◆イベント(運動系)

- ・eスポーツやボードゲームなど一緒に楽しめる
イベントをつくる
- ・ゲートボールやミニテニスなど軽い運動
- ・山登り
- ・ゴルフ大会
- ・ハロウィンパーティー

◆日常インドア

- ・昔と今で地域の違いを話し合う
↑インスタで流行っている
- ・高齢者から昔の話を聴き、知恵をいただきたい
- ・料理講座(教えてもらう)
- ・料理教室 認知症カフェで実施
- ・朝の声掛け
- ・お互いに声をかける(起こし合う)

◆日常アウトドア

- ・犬の散歩
- ・街歩き
- ・ラジオ体操
- ・公園のごみ拾い
- ・植物 花育てる
- ・公園清掃
- ・勉強と読書など静かなスペースの共有

イチ押し



高齢者福祉に関する大学生インタビュー結果④

3 話し合いのテーマごとのまとめ

テーマ②
地域の高齢者と
一緒にできること
(多世代交流など)

職員の方から、高齢者は若者と関わる機会があまりないので、若者と話すと楽しいという話を聴いて、そういう機会をたくさんつくることをグループで考えてみました。



Dグループ

◆地域で行うイベント

- ・地域活動ボランティア
- ・救命の講座
- ・お祭り
- ・アニマルセラピー
- ・防災訓練
- ・地域の掃除

◆助け合い

- ・困っていたら助けること
- ・炊き出し

◆教えてもらう

- ・刺繍
- ・料理
- ・華道
- ・釣り
- ・茶道
- ・編み物
- ・お料理教室
- ・若い人が年上の方たちに人生の相談をする会

◆運動 体を動かす

- ・公園でスポーツ
- ・運動会
- ・ボッチャ
- ・散歩
- ・軽い運動
- ・ラジオ体操
- ・モルック

◆一緒にできる

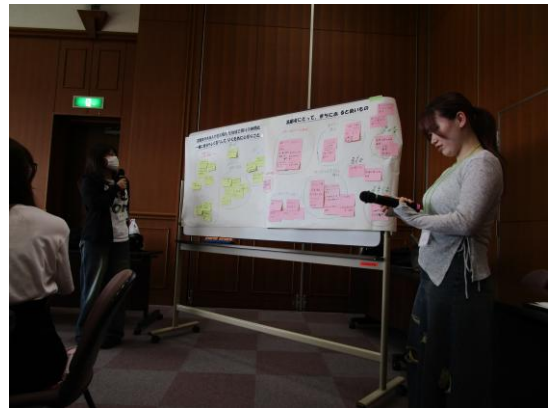
- ・カラオケ大会
- ・地域菜園
- ・一緒に旅行
- ・交流会(ゲームとか)
- ・VLOG撮影
- ・ミツケ
- ・お食事
- ・TV観戦
- ・SNSの使い方
- ・お買い物

高齢者福祉に関する大学生インタビュー結果⑤

3 話し合いのテーマごとのまとめ

テーマ③
高齢者にとって、まちに
あるとよいもの(まちづくり、
ユニバーサルデザインなど)

家の近くにバスなどの移動
手段があれば、もっと高齢
者が外に出やすくなり、引
きこもりを防げると思いま
した。



Aグループ

◆気軽に相談できる場所

- ・電話・ライン・メール 対面も
- ・家の近くに
- ・困りごとを気軽に相談できる場所
- ・困った時に気軽に相談や助けてもらえるようなシステム
- ・なんでも相談できる場所

◆移動手段

- ・家の近くにバスなどの交通手段がある

◆多くの人と交流できる場所

- ・カフェの一部
- ・学童保育に高齢者が来る
- ・マンションのロビー 家の前
- ・多くの人(様々な世代)と関わる
ことができる場所
- ・多世代交流(子どもや学生など)
- ・他の人と話せる場所
- ・スマホ教室
- ・スマホやパソコンを学べる場所

◆高齢者に寄り添った食堂

- ・安価で食べられる食堂

◆外で休める場所

- ・外で涼しく休める場所
- ・木陰 ミスト
- ・ちよくちよく座れるように
- ・休憩所
- ・ベンチ

◆自然・緑を感じられる場所

- ・自然を感じられる場所
- ・公園 野鳥 花を育てる

◆見やすい掲示

- ・メディアユニバーサルデザインを活用
した情報誌が増えると良い
- ・文字 字体を見やすく
- ・活動できる場所のマップなど
- ・紙・ネット・回覧板・掲示板

◆趣味活動を行う場所

- ・趣味で集まれるサークル
- ・趣味活動ができる場所

◆その他

- ・買い物ついでにいけるとところがある
- ・話しかけることができる関係をつくる

高齢者福祉に関する大学生インタビュー結果⑥

3 話し合いのテーマごとのまとめ

テーマ③

高齢者にとって、まちにあると
よいもの(まちづくり、ユニ
バーサルデザインなど)

市役所での難しい書類の
手続きに高齢者が困って
いるという実際の話をも
とにグループで話し合いを
しました。



Cグループ

◆手伝い・サポート

- ・詐欺電話対策
- ・書類等の手続きをサポートするサービス
- ・高齢者がバッグにつけられるようなヘルプマークのようなもの
(困っているときに声をかけてほしい)
- ・高齢者の孤独感 話し相手
- ・施設が外部と連携して、利用者が高齢者に宅配できるサービス

◆設備・インフラ

- ・バリアフリー(段差解消)
- ・多目的トイレを増やす
- ・安全に通れる広い歩道
- ・食品を取り揃えているドラッグストア
- ・軽い力で移動させられる家具(いす・机等)
- ・地域の地図や案内板(市役所以外)

◆移動手段

- ・(家から)タクシー以外の移動手段
- ・自動車いすを借りるサービス
- ・コミュニティバス

高齢者福祉に関する大学生インタビュー結果⑦

3 話し合いのテーマごとのまとめ

テーマ④
課題を抱える高齢者の
在宅介護のあり方(身寄
りがない、老老介護、家
族介護者支援など)

イチ押しは、大学生がよく使って
いるツールである、1時間に一回、
自分の周りのことを写真にとっ
てリアルタイムに発信できるSNS
「Setlog」を活用した新しいサー
ビスです！

Bグループ

◆日常生活支援

- ・大学生が日常生活のサポート(草むしり)
- ・若い人にすぐに頼れるサービス(老老)
- ・買物代行でつきそい
- ・ご飯の宅配サービス

◆一緒に行動する

- ・ひとりにならない
- ・外に出る機会を一緒に増やす
- ・3日に1回は外に出るような日常行動(独居)
- ・一緒のアパート・マンションに住む高齢者への声掛け
- ・イベントで知り合ってつながる

◆相談窓口

- ・(高齢者自身が)相談できる場所
- ・充実した家族支援
- ・認知症のある人を支援する家族の相談場所
- ・支援者が相談できる環境

◆講座・啓発

- ・家族に向けた在宅介護講座(認知症講座)
- ・心のバリアフリーをなくす啓発
- ・地域包括や社協のことを楽しく一緒に知る

◆見守り

- ・1日1回の訪問
- ・犬の散歩中に声掛け
- ・毎日何を食べたか共有する(友人・医者・栄養士・介護サービス事業者・家族)
- ・一日何をしたかの共有
- ・Setlog 高齢者ver.
 - Setlogは近くにいる人がわかる
 - 家族とSetlog
 - 訪問サービスの一環としてのSetlog
- ・遠方の家族が安心できるような見守りサービス(電話 家での生活の様子)

◆バリアフリー

- ・呼び出しのベル(独居)
- ・家のバリアフリーを整えられるサービス
- ・バリアフリー(段差をなくす、手すりなど)

イチ押し



高齢者福祉に関する大学生インタビュー結果⑧

3 話し合いのテーマごとのまとめ

テーマ④
課題を抱える高齢者の
在宅介護のあり方(身寄
りがない、老老介護、
家族介護者支援など)

ゼミの3年生が取り組む、
認知症のある人が店員を
するイベントの開催が
予定されており、そのよう
な活動も意見として挙げ
られました。



Dグループ

◆安否確認

- ・近隣の人との協力関係
 - 電球の取り換え
 - 庭掃除
 - 夏祭りなどのイベント
- ・地域の人の見守り・支援
 - 週3回昼間にピンポン
 - ネット(LINE)で確認
- ・地域の人が安否確認をする
- ・身寄りがないと倒れても気付かれない
- ・定期的な訪問
- ・安否確認のシステム
 - 地域でグルーピング
 - スーパーの常連さん(本人から聞く、来なくなったらスタッフから連絡)
 - 本人が写真を撮って報告

◆細かいニーズへの対応

- ・介護サービスの細分化
 - 日常の困りごとを拾って細かく事例を分けてできる人を募る
- ・病院に急遽送らなければいけない時・子どもが仕事を早退しないといけない時
 - 奥様やほかの家族がどうすれば？救急車を呼ぶほどでもない時

◆地域

- ・認知症カフェ
 - 若者と認知症のある人が一緒にカフェを行う

◆老老介護

- ・お互い認知症の場合、亡くなっていることに気づけない

高齢者福祉に関する大学生インタビュー（総括）

4 総括

渡邊先生から

- ・意見を伺っていて、特にまちづくりに関するものの中で、様々な意見を出していただき、高齢者に限らず、子どもや障害をお持ちの方など、様々な家庭の方たちにとっても、大事なことに繋がるものがすごくあったと思います。
- ・様々な人たちの同意や共感が得られるものが、まちづくりを推進していくために必要だと感じ、様々な示唆に富むような、また、私もよくわからないテクノロジーに関する話も含めて、すごく勉強になりました。
- ・新しい認知症観ということが出ていますが、正しい認知症の知識とは何だろうと学生の皆さんにも考えていただいたところだと思います。先回りして考えず、当事者の人たちと対話して、一緒に考えながら進めていかなければいけないところだろうと、皆さんの素朴で素敵な意見を聴きながら、改めて初心に戻りたいと思いました。



講評を行う渡邊先生



池澤市長の挨拶

池澤市長から

- ・令和9年度からの計画について、皆さんからたくさん意見をいただきました。実は私も20年ぐらい前に第3期の計画をつくる仕事をしていましたが、その当時は介護保険が始まってまだ間もない頃で、とにかく高齢者を支援していこうというところに重きがおかれていました。地域包括支援センターもまだなく、どう立ち上げるかといった支援の部分が中心でした。
- ・しかし、今回皆さんからいただいた意見を聴く中で、高齢者も認知症のある人も、地域でどうやって一緒に暮らしていくのか、地域とどう関わっていくのかという視点が多くを占めていると感じました。第10期の中では、そうした意見をしっかり取り入れていきたいと考えています。
- ・福岡市へ視察に行き、VRでの認知症の体験や、認知症のある人への接し方などを学び、「ユマニチュード」という相手を思って接する考え方の大切さを学びました。西東京市もユマニチュード学会に加盟し、認知症のある人や高齢者に優しいまちづくりを進めています。
- ・本日いただいた意見を踏まえ、西東京市で暮らしやすいまちづくりを築いていきたいと感じています。

◆高齢者・認知症のある人への理解が深まった①

- ・ 支援という方向性ばかりでずっと考えてしまっていて、一緒に楽しむという意識はあまりなかったが、周りの意見を聴き、大切なことだと感じた。（３年生）
- ・ 自分自身、高齢者福祉を専門分野としているところもあったため、政策面でより学ぶことができ良かった。認知症のある人や高齢者のことを今後より深く勉強していきたいと思う。（３年生）
- ・ 今日、考えたことによって自分の地域のことを考えるきっかけにもなったし、自分たち視点だけでなく、高齢者視点でも考えることができたので、考え方の幅が広がったなと思った。（３年生）
- ・ 意外と高齢者や認知症のある人たちも、全部ではないが、改善点やもう少し考えられたらいいなというところは、一般の人と似ている部分もあるなと思った。（３年生）
- ・ 高齢者は人生経験が長いので幅広い視点をもって若者と話しているのだと感じた。また、課題を抱える高齢者に対する支援を難しく考える必要はなく、楽しく活動をしていくことが大事であると学んだ。（３年生）

◆高齢者・認知症のある人への理解が深まった②

- ・高齢者にとってまちにあると良いものも、認知症のある人が自分らしく暮らしていくために必要なものも、似たものばかりで、認知症だから特別にこれが必要というよりは、高齢者全体にとって必要なものが重要だと思った。（4年生）
- ・授業の中では、専門的なことをメインで学んでいるが、今回のディスカッションでは、高齢者のことを学生の私たちが同じ目線で考えることができたのがよかった。（4年生）

◆高齢者・認知症のある人への支援を考える難しさと感じ

- ・地域の高齢者と一緒にできることを考えた時、高齢者の安全面についてあまり考えられなかった。活動内容だけでなく、場所や時間帯なども意識することで防犯や見守りの効果も期待できるイベントを開催できる気がした。（3年生）
- ・普段地域で生活する高齢者を見ている、同じ立場や視点にいざ立つと考えすぎてしまい、アイデアが思い浮かびづらかった。（3年生）
- ・認知症のある人についてのテーマは、考えるにあたって難しく考えてしまう内容だなと思った。（3年生）

◆地域づくり、つながりの重要性について

- ・ 認知症の予防、認知症のある人の講演会や体験談を聴く機会を設けること、当事者の声を地域づくりに反映することが重要。
（3年生）
- ・ 私たちの日常で使っているツールを高齢者にも使えるように支援していくことができるということが分かった。これからも高齢者と若者、年齢関係なく暮らしやすい地域づくりに私自身も貢献していきたいと感じた。（3年生）
- ・ 今日のグループワークを通して感じたことは、高齢者が地域の中で交流を持つことが大事ということ。高齢者の困りごとを解決する案を出してもそもそも地域との交流がないと実現できないことばかりだなと思ったので、まずは若者と高齢者のつながりをつくる場が必要だなと感じた。（3年生）
- ・ 地域で高齢者がその人らしく、安心して暮らしていくために、行政のサービスだけでなく、人と人とのつながりを大切にしながら支えていけたらと思う。（4年生）
- ・ 自分は地域のイベントに参加しないことが多いので意味のあるイベントづくりは大変であると思った。また、高齢者や介護する側になる前にイベント参加をし、準備することが大切だろう。（4年生）

◆新たな気づきがあった、参加できてよかった①

- ・他のグループの地域の高齢者と一緒にできることの発表を聴いて、自分にとってすごく刺激的な発想だったなと感じた。（３年生）
- ・職員の方との話し合いを通して出たアイデアもあり、職員の方がすごく褒めてくださったのが、個人的に嬉しかった。（３年生）
- ・様々な視点から対策や案を考えることができて、良い機会となった。（３年生）
- ・いろいろな意見とか、自分にはない考え方を聴けてとてもいい勉強になった。今後高齢者を勉強していく上で参考にしたいと思った。（３年生）
- ・同じテーマに取り組んだ別のグループの内容と自分たちの考えを比較したことで、同じようなことが多く取り上げられていることに気づき、求められているものを理解することができた。（３年生）
- ・なかなかこのような機会はないので、とても良い経験になった。高齢者福祉は、今後高齢化の進む日本にとって重要になってくると感じているので、個人の私からできることをしたいと思うようになった。第１０期の福祉計画、楽しみにしています。（３年生）

◆新たな気づきがあった、参加できてよかった②

- ・自分だけでは出ない意見について知ることにより、高齢者や認知症のある人に対しての関わり方など、支援する側になっても大切なことを学ぶことができた。(4年生)
- ・他のグループの発表で、最近流行っているアプリを使うなど、SNSを使うことですぐにつながるができるのだと思った。高齢者がスマホやパソコンを使えるようになればより豊かになると思った。(4年生)
- ・これまでにない視点でものごとを考えられ、新しい見方を学ぶことができ楽しかった。(4年生)
- ・他のグループの意見で、自分たちのグループにはない考え方も多く、勉強になった。(4年生)
- ・自分だけでは思い浮かばない内容もあったが、チームで取り組むことで様々な意見が出て勉強になった。わくわく感が止まらないような内容（Setlogなど）もアイデアの一つとして思いつき、楽しむことができた。（4年生）
- ・自分の地域にこんなものがあたらいいなという思いで参加させていただいて、とっても良い経験になった。SNSの活用では大学生も使ったのと思うので、その時はまたどうぞよろしくお願いします。（4年生）